BSGA

LE JOURNAL DES INTERCLUBS 2009

IER TOUR

MAI 2009

SOMMAIRE :

- Interclubs mode d'emploi
- Ils l'ont fait. Pas des spécialistes, mais un formidable esprit d'équipe
- Champions sur le Tarmac
- Le 1er tour des interclubs en chiffres
- Tous les résultats

Résultats Interclubs Régionale

1	36 755pts	ES MONTGERON
2	33 566pts	AO CHARENTON
3	31 607pts	CA OUEST 78
4	31 173pts	AC MONTESSON
5	29 184pts	THIAIS AC
6	27 702pts	FRANCONVILLE
7	21 579pts	BSGA
8	20 232pts	ES NANTERRE

Edito : L'esprit club !

J'ai participé le week-end dernier à Franconville à mes 22ème interclubs avec mon 4ème club.

Non pas que l'idée de faire un lancer de poids et de marteau au lendemain d'un marathon conclu dans la douleur m'enchantait fortement, mais pour rien au monde je n'aurai raté cette fête de l'athlétisme, cette journée si particulière où tous les individualismes s'effacent au profit du collectif. Cette compétition unique où tous les efforts s'orientent vers le même but : porter haut et fort les couleurs de son club, le placer le plus haut possible dans la hiérarchie nationale, régionale ou départementale.

Il est vrai qu'on peu se demander quel intérêt il y a à participer à cette épreuve, quelle utilité d'aller grappiller quelques points pour améliorer un total, monter en division supérieure, se maintenir, ne pas descendre. Quel peut-être le plaisir pour le spécialiste du 110m haies de faire le guignol au poids, pour le perchiste de terminer dernier du 1500m ou de s'arracher pour boucler un 400m, Qu'est ce qui peut bien pousser le novice, le débutant, le non entraîné, le bedonnant, à tenter de mettre son disque dans le secteur, franchir la 1ère barre à la hauteur ou passer tant bien que mal une haie sans tomber.

Ce plaisir a un nom : Il s'appelle « l'esprit club ».

25 « zéros »

A Franconville le week-end dernier BSGA a terminé 7ème sur 8 équipes. Ce n'est pas tant la place qui inquiète que le résultat : 21579 points soit le plus faible total enregistré depuis 4 ans. Vraiment inquiétant… D'autant que pour n'avoir pas présenté d'athlète dans certaines épreuves nous réalisons 25 fois « zéro » sur 80 côtes possibles. Sans doute un record ! BSGA serait-il malade ?

Nous, 4ème club de Seine et Marne, comptant le plus gros nombre de licenciés, nous qui disputons chaque année la victoire au challenge 77 des courses sur route, nous, parmi les meilleurs clubs formateurs de jeunes sur l'Ile de France, ne serions nous pas capable, fort de nos 280 licenciés de mobiliser une équipe complète sur la plus prestigieuse des compétitions athlétiques ?

Suite page 2

...Suite de la page 1

Matthieu à la lutte. Il remportera le 3000m en 9'49

Est-ce cette image là que nous voulons renvoyer . Est-ce ce modèle là qu'on veut donner à nos jeunes athlètes ? Est-ce là la réalité de BSGA ?

Que faudrait-il alors pour que nous soyons compétitifs ? Pas grand-chose en fait. Une équipe compétitive est d'abord une équipe où il n'y a pas de trou. Car quelles que soit la performance, elle rapportera toujours plus de points qu'un « 0 ».

Pour une fille, un 400m en 1'30 rapporte 220pts

Par exemple, ce week-end, nous n'avions aucune représentante sur 400m, ni sur 1500m. Il faut savoir qu'un 400mF couru en 1'30 (à peine plus rapide que certains fractionnés) rapporte déjà 220pts, qu'un 1500mF en 7' (soit 4'40 au 1000m) rapporte 193pts, qu'un 100mF en 15s, le temps d'une benjamine moyenne, ferait marquer 593pts. On pourrait multiplier les exemples. Ces temps font sourire car on sait qu'ils sont accessibles à presque n'importe lequel d'entre nous et pourtant…

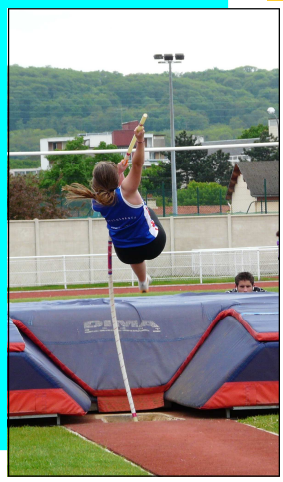
C'est vrai que certaines épreuves sont « techniques » et on les réservera aux techniciens. Mais d'autres sont très accessibles, et peuvent être réalisées sans bouleverser la préparation pour d'autres compétitions. D'autant que, vous l'aurez compris, le but n'est pas de battre le record du monde, Il s'agit simplement de venir apporter quelques points, qui, une fois mis bout à bout, pourraient faire la différence. Simplement une ou 2 fois dans l'année venir apporter son aide et son soutien. Une ou 2 fois dans l'année avoir « l'esprit club ».

Eric Sorel

« Une équipe sans trou au 2ème tour nous assurerait quasiment à coup sûr le maintien en division Régionale »

Echos des pistes

- L'équipe de BSGA était composée de 30 athlètes dont 20 garçons et 10 filles.
- 11 athlètes disputaient leurs 1er interclubs.
- Nous avons remporté 4 épreuves : le marteau féminin (Angélique Chergui), la marche féminine (Suzy Ternon), le 3000m masculin (Matthieu Castilan) et la perche homme (Clément Challeme
- La moyenne d'âge de l'équipe est de 26 ans dont 19 athlètes de moins de 20 ans (50%).
- Les meilleures performances de la journée ont été réalisées par Clément Challemel à la perche (4m00) et Morgane Vieux Fort en longueur (6m05).
- Dans l'équipe Patrick Hamilton et Sébastien Wagler avaient disputé le 1/2 marathon de Chelles la veille et Eric Sorel le marathon de Sénart.
- Avec les points réalisés à Franconville, BSGA se classe 16ème total de Seine et Marne.
- Le 2ème tour des interclubs aura lieu le 16 ou le 17 mai. Le lieu et la date n'ont pas encore été arrêtés par la ligue d'Ile de France
- Plus de 30 000 pts, c'est sans doute le total qu'il nous faudra faire pour espérer nous maintenir en Régionale.



Marion à la perche tentative à 2m20

Interclubs mode d'emploi

Un petit rappel pour ceux qui ne connaissent pas les interclubs : il s'agit de réaliser un ensemble de 40 épreuves (21 pour les garçons et 19 pour les filles) balayant tout le registre des épreuves athlétiques. L'équipe est composée de 2 athlètes gerçons et 2 filles par épreuve. A chaque performance est attribuée une côte et le résultat de l'équipe correspond au total de toutes les côtes. Soit 40 pour les garçons et 36 pour les filles car il n'y a qu'un relais 4X100 et qu'un relais 4X400. Différentes divisions sont mises en place en fonction des résultats qui vont de départementale à Nationale 1 BSGA est en Régionale

Les épreuves :

100m, 200m, 400m, 800m, 1500m, 3000m, 5000m (pour les hommes seulement), 5000m marche (3000m pour les femmes), 110m haies, 400m haies, 3000m steeple (pour les hommes seulement), hauteur, Longueur, Triple Saut, Perche, Poids, Disque, Javelot, Marteau, 4X100m, 4X400m

Du beau Monde !

Mathieu Guiborat et Ronald Pognon recordman de France du 100m

Il y avait du beau monde à Franconville hier. Parmi les champions Français qui avaient décidé de jouer le jeu des interclubs on a apprécié la gentillesse de Ronald Pognon, que Mathieu, par respect pour les anciens à laissé gagner. Laura Martinez qui finissait le relais 4X100m féminin a eu le privilège de disputer la dernière ligne droite aux côtés de Patricia Girard (championne du monde 2003 avec le 4X100m). Fabien Jacquet et Edouard Holc ont disputé leur épreuve de triple saut en admirant la qualité de bonds de Karl Taiilepierre ancien champion de France de la discipline et 4ème des championnats d'Europe 2009.

D'autres athlètes de renom ont « dépanné » leur équipe d'interclubs :

Ladji Doucouré (poids), Patricia Girard (Javelot), Christelle Daunay recordwoman de France sur marathon (1500m), Benoit Z (3000m), Sylviane Félix (Poids) et bien d'autres...

Faty et Patricia Girard

Baptiste Matthieu et Aurélia tentent de mettre en place une tactique pour battre Ronald Pognon

Ambiance décontractée dans les tribunes

Jean Paul, jury attentif mais soucieux

« On a coutume de dire que les interclubs renvoient l'image de la santé d'un club »

Ils l'ont fait !

Ce ne sont pas des spécialistes de la discipline mais ils ont accepté de venir concourir sans complexe. Bravo à eux !

(Entre parenthèses, leur spécialité)

Suzy Ternon (course hors stade) ; 3000m marche (et en plus elle gagne !)
Hervé Pouteau (course hors stade) : 5000m marche
Fabien Jacquet (perchiste) : 1500m et triple saut
Erwan Bernard (perchiste) : 1500m et hauteur
PA De Hond (perchiste) 110m H
Clément Challemel (perchiste) 110m haies
Serge Kerhomen (course hors stade) : javelot et disque
Pascal Bécot (course hors stade) : disque
Sébastien Wagler (course hors stade) : javelot
Eric Sorel (course hors stade) : poids et marteau

Clément le perchiste sur 110m haies une épreuve technique

Edouard Holc (1/2 fond) : Triple saut
Marion Luc (perchiste) : disque et 4X400m
Angélique Chergui (Triple saut) : marteau
Sarah Toulmlilt (1/2 fond) : Marteau, disque, 4X400m

B S G A

Moment de Solidarité, de convivialité, véritable défi collectif, les interclubs sont la grande fête de l'athlétisme. Alors n'hésitez pas à venir relever le défi le 16 ou le 17 mai soit en participant, en jugeant, ou tout simplement en encourageant et soutenant les athlètes de votre club. N'hésitez pas à contacter vos entraîneurs.

Photos François Castilan, Marie Lise Wattel, Babeth Guiborat et Fabien Jacquet

On compte sur vous !!

Les résultats complets sur bsga.com

Tous les résultats de nos athlètes (en rouge les « zéros »)

	Hommes				Femmes			
100m	Morgane Vieux Fort	Dq	Arthur Bouvard	13"00	Charlyne Carreira	13"85		
200m	Matthieu Guiborat	24"57	Baptiste Castilan	25"03	Aurélia Moragues	31"30		
400m	Ryane Amraoui	59"78	Cyril Guerra	61"36				
800m	Cédric Vasseaux	2'10"39	Roman Jeantet	2'17"71	Faty Ngurambila	2'56"65		
1500m	Fabien Jacquet	5'26"01	Erwan Bernard	5'35"31				
3000m	Matthieu Castilan	9'49"'83	Edouard Holc	11'03"93	Marie Lise Wattel	11'51'13		
5000m	Patrick Hamilton	17'27"13			-		-	
Marche	Hervé Pouteau	31'01"93			Suzy Ternon			
110mH	Clément Challemel	17"50	P. Alex De Hond	21"20	Florence Peyrard	21"00		
400mH								
3000 Stple					-		-	
Longueur	Cyril Guerra	4m71	Morgan Vieux Fort	6'19	Florence Peyrard	3m51		
Hauteur	Matthieu Guiborat	1m40	Erwan Bernard	1m40	Aurélia Moragues	1m30		
Perche	Clément Challemel	4m00	P. AlexDe Hond	3m60	Marion Luc	2m00		
Triple Saut	Edouard Holc	11m71	Fabien Jacquet	10m52	Angélique Chergui	9m09	Charlyne Carreira	8m73
Poids	Eric Sorel	9m48	Arthur Bouvard	8m77	Faty Ngurambila	6m46		
Disque	Serge Kerhomen	23m27	Pascal Bécot	18m62	Marion Luc	16m13	Sarah Toulmlilt	13m69
Javelot	Serge Kerhomen	28m63	Sébastien Wagler	19m59				
Marteau	Eric Sorel	25m20			Angélique Chergui	27m11	Sarah Toulmlilt	17m90
4X100m	Amraoui, Vieux Fort, Guerra Guiborat	47"95			Peyrard, Moragues, Chergui, Martinez	64"86		
4X400m	Castilan B et M, Holc, Vasseaux	3'40"26			Ngurambila, Luc, Toumlilt, Wattel	5'28"26		